想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

回目录

参禅的秘诀

在自己的自性上用功夫，不是向外驰求。

禅译为「静虑」，又为「思惟修」。思惟就是参；静虑就是「时时勤拂拭，勿使惹尘埃」。「思惟修」就是教你提起话头，念兹在兹，时刻不忘的意思。所谓「朝于斯，夕于斯」，在自己的自性上用功夫，不是向外驰求。凡是外来的境界，若是跟着它跑，便很容易走错路。从自性生出的境界，才是真境界。这一点，希望各位要弄清楚。否则便上魔王的当，终于做他的眷属。

静虑这一法，要绵绵密密的用功，不要间断。在用功的时候，好像母鸡在孵蛋那样的专心，又好像龙在养珠那样的谨慎，又好像猫在捕鼠那样的忍耐。参禅要有「坚、诚、恒」的心，不可有骄傲的心。不要以为我比谁都高，比谁都强。如有这种思想，那就是狂魔入体，功夫不会进步。

参禅的时候，不可打妄想。打妄想没有真实的受用，浪费大好时光。参禅要有忍耐心、长远心。参禅的秘诀，就是忍，忍不住也要忍；忍到极点，豁然贯通，明朗开悟。若没有忍耐心，不能吃得苦，不能耐得劳，遇到境界，便投降了，这种行为最要不得，是参禅的大忌。

上一页 下一页